

СЕЗОННЫЕ И ПОЛОВЫЕ РАЗЛИЧИЯ СРЕДНЕСУТОЧНОГО ЭНЕРГОРАСХОДА ЗЕРНОВОДОВ КАРАКАЛПАКСТАНА

Китайбеков Султанбек Маратович

Ташкентский государственный медицинский университет

Актуальность. Энергетические потребности работников сельского хозяйства определяются не только тяжестью труда, но и сезонной структурой производственной и бытовой активности. Оценка фактического суточного энергорасхода необходима для обоснования рационов питания в условиях выраженной сезонности сельскохозяйственных работ.

Ключевые слова: зерноводы; энергорасход; сельскохозяйственный труд; сезонность; Каракалпакстан; питание.

Цель. Оценить сезонные и половые различия среднесуточного энергорасхода зерноводов Республики Каракалпакстан.

Материалы и методы. Использован 24-часовой хронометраж основных видов деятельности в два периода: зима–весна и лето–осень. Энергетическую стоимость отдельных видов активности рассчитывали с использованием коэффициентов физической активности. Основной обмен определяли по антропометрическим данным с применением подхода Гарриса–Бенедикта. Результаты представлены как $M \pm m$.

Результаты. У мужчин среднесуточный расход энергии составил $4162,0 \pm 224,6$ ккал/сутки зимой–весной и $4267,8 \pm 224,6$ ккал/сутки летом–осенью. Сезонное увеличение составило 105,8 ккал/сутки, или 2,54%. У женщин соответствующие показатели были $2437,1 \pm 100,4$ и $2426,2 \pm 100,4$ ккал/сутки; изменение составило –10,9 ккал/сутки (–0,45%). У мужчин наибольший вклад в энергозатраты вносили тракторные работы, обработка почвы и орошение; у женщин — бытовая работа, уход за детьми и ходьба.

Заключение. У зерноводов Каракалпакстана выявлены выраженные половые различия среднесуточного энергорасхода. У мужчин в тёплый сезон отмечено увеличение энергозатрат, связанное преимущественно с полевыми работами и орошением, тогда как у женщин общий энергорасход оставался относительно стабильным. Нормирование энергетической ценности рационов должно учитывать пол, сезон и фактическую структуру суточной активности.